

# ArtEZ Muziektherapie presenteert een nieuwe rubriek:

## Verhalen uit de Praktijk!

*Muziektherapeute en alumnus Moniek Korsman schrijft vier keer per jaar een column voor deze rubriek. Ze geeft ons een inkijkje in haar muziektherapieruimte en laat zien en horen wat muziektherapie doet voor mensen met onder andere dementie, niet aangeboren hersenletsel (NAH) en ziekte van Parkinson: verhalen uit de praktijk.*

### Over Moniek Korsman:

Moniek is afgestudeerd muziektherapeut NMT (fellowship) aan het ArtEZ conservatorium in Enschede. Ze werkt onder andere als muziektherapeut bij Livio, een regionale zorgaanbieder van thuiszorg, verpleeghuiszorg en reguliere zorg in meer beschermde woonvormen. Binnen Livio werkt Moniek vooral met mensen die kampen met hersenletsel, bijvoorbeeld als gevolg van een CVA of hersentumor, dementie, of andere neurologische aandoeningen. De effecten van muziektherapie bij deze aandoeningen worden zichtbaar op allerlei gebieden: cognitief, verbaal, motorisch, psychisch, sociaal en emotioneel. Daarnaast zet Moniek muziektherapie in bij mensen met psychische vragen als gevolg van rouw- en verliesverwerking, stress en trauma.



(Moniek aan het werk met Diny, een cliënte met afasie ten gevolge van een CVA)

## The Rose

Vandaag heb ik een afspraak met mevrouw Bakker. Mevrouw woont op een afdeling voor psychogeriatric binnen ons verpleeghuis. Naast haar dementiële beeld lijdt ze al sinds vele jaren aan manisch-depressiviteit. Deze combinatie maakt het voor haar erg moeilijk om structuur en balans in haar leven te houden.

Haar stemmingswisselingen kunnen fors zijn. Ze kan scherp en onredelijk uitvallen naar iedereen in haar omgeving. Ze is dan niet erg welkom bij andere cliënten. En dat laat men haar weten ook. Ze is gevoelig voor drukke prikkels waardoor haar stemming ook ineens kan omslaan. Noodgedwongen zoekt ze vaak haar kamer op. Dit maakt haar echter ook eenzaam, argwanend en angstig dat ze vergeten wordt. Ze heeft een omgeving nodig die haar een veilige structuur biedt maar die haar ook ruimte geeft om haar gevoelens te kunnen uiten. Ze heeft behoefte aan een omgeving die haar bevestigt als mens. Maar deze behoefte spreekt ze vooral niet uit.

Mevrouw heeft als secretaresse gewerkt met meerdere talen in haar portefeuille, en is een belezen goed onderlegd mens. Ze houdt van de intellectuele status van een gesprek-op-niveau, maar toont daarin haar werkelijke gevoelens niet. Dat is te onveilig. Haar gedrag is een muur geworden om haar kwetsbaarheid te beschermen. Hoe kunnen we haar toch bereiken in haar figuurlijke vesting?

Daar komt de muziek om de hoek kijken. In een veilige één-op-één setting blijkt ze bereid om met mij samen te zingen. Via de muziek kan ik haar af en toe overhalen om achter de muur naar haar gevoelens te kijken. Dat krijgt eigenlijk alleen de muziek, in combinatie met de therapeutische relatie die we hebben opgebouwd, voor elkaar. Soms werkt puur de sfeer van het muziekstuk en kan ze even ontspannen. Vaak helpt het zingen haar om haar stemming wat te veranderen, en in zeldzame gevallen kan muziek en tekst haar uitnodigen om iets van haar persoonlijke gevoelens met mij te kunnen delen.

Langzaam ben ik met mevrouw Bakker naar de piano gewandeld. Elke week is het weer even afwachten hoe het met haar is. Ze heeft sterk wisselende stemmingen en haar lichamelijke conditie is even grillig. De beweging doet haar goed, ook al wordt ze er wat moe van. Op de stoel naast de piano puft ze uit. "Zal ik mijn bril pakken?" vraagt ze. Dat lijkt me een goed plan. Ook haar zakdoekjes komen uit haar handtas. Evenals een paar (gebruikte) pantykousjes. "Ik weet echt niet hoe die hier terecht komen" zegt ze. Ze houdt haar tas op de kop en er vallen enkele oude stoffige paracetamollen uit. Nadat we de spulletjes in alle rust hebben geordend op 'weggooien' en 'houden' zijn we klaar voor wat muziek. Haast werkt averechts. Ik sluit



aan bij haar tempo.

Soms kies ik op basis van haar gespreksonderwerp of haar stemming voor een lied. Andere keren laat ik haar kiezen uit een genre of taal.

Vandaag vind ik mevrouw wat warrig overkomen. Ik bied haar veiligheid door het eerste lied te kiezen. Een Nederlands lied. We

zingen 'Zo heerlijk rustig', over een fijne zomeravond aan zee. Het lied heeft een duidelijke structuur met herhalende patronen. Dit biedt mevrouw een veilige basis. Ze zingt het nauwgezet mee. Ik vraag haar of ze ook zo van het strand kan genieten, net als in dit lied. Ze zegt -heel terecht- droogjes "er zijn nog sneeuwbuien voorspeld. Het is net maart". Ik verbijt een glimlach. De stemming van mevrouw lijkt tamelijk non-sense.

Er is nog net tijd voor 1 lied. Ik twijfel wat, inspelen op de voldoening van haar buitenlandse taalvaardigheid of inwerken op sfeer en emotie? Ik kies voor een combinatie ervan in het lied ['The Rose' van Bette Midler](#).

Een sfeervol lied dat door tekst, melodie en gekoppelde herinneringen vaak emoties oproept. Ik begin met een heel sober en zachte begeleiding op de piano, om een veilige uitnodiging te bieden om mee te gaan in de eerste beleving. Daarna bouw ik de begeleiding langzaam op, in volume en in complexiteit, waardoor de muzikale spanning gelijk oploopt met de emotionele beleving van de tekst, de muziek en de herinneringen. Ten slotte bouw ik volume en begeleiding weer af, om de spanning ook weer af te laten vloeien naar een voor mevrouw Bakker hanteerbaar niveau.

Het eerste couplet zingen we samen, en ik voel dat het lied gaat 'werken'. Er ontstaat een andere sfeer, contact. Het voelt alsof we samen een stukje intiemer worden dan dat eerder mogelijk was vandaag.

Het tweede couplet brengt een doorbraak:

"It's the heart afraid of breaking, that never learns to dance  
It's the dream afraid of waking, that never takes the chance  
It's the one who won't be taken, who cannot seem to give  
And the soul afraid of dying, that never learns to live."

In de emotioneel warmere sfeer voegt mevrouw in de laatste regel ineens een stuk tekst toe: "And the soul afraid of dying.... and I am often afraid of dying too....  
Het lied valt even stil.

Ik kijk haar aan en vraag haar wanneer ze dat vooral voelt. "Als het donker is" zegt ze.

We blijven even stil.

Dan zingen we samen het laatste couplet. Ik zet er rustige, warme akkoorden onder. Het zingt als een troost. Een warme jas die we om haar 'ontboezeming' kunnen slaan. Ik heb haar gehoord. Ze heeft haar gevoel even mogen benoemen van zichzelf.

In een zachte sfeer kuieren we weer terug. Tevreden met wat er is gebeurd. Muziek kan zoveel doen.

Moniek Korsman  
Muziektherapeut.  
Moniek.korsman@gmail.com